RATOWNICTWO

ORGAN WARSZ. POGOTOWIA RATUNKOWEGO

№ 9

WRZESIEŃ

1929

ROK I.

Cena egz. 1 zł. 50 gr.

RATOWNICTWO

MIESIĘCZNIK
POŚWIĘCONY SPRAWOM RATOWNICTWA LEKARSKIEGO, POŻARNICZEGO, WODNEGO, GAZOWEGO, W RAZIE KLĘSK ŻYWIOŁOWYCH i t. p.

Warszawa, Kopernika 37, tel. 33-63. Konto w P.K.O. Nr. 14.661.

ORGAN WARSZAWSKIEGO POGOTOWIA RATUNKOWEGO

Rok I—1929. WRZESIEŃ. № 9.

TREŚĆ:

Dr. FRANCISZEK BIAŁOKUR

O taktyce lekarza Pogotowia Ratunkowego.

Taktyka lekarza Pogotowia Ratunkowego polega na szybkiem i zdecydowanem postępowaniu z uwzględnieniem zdrowia fizycznego i moralnego pacjenta.

Właściwie powyższe wskazania w postępowaniu lekarskiem były i są zawsze wymagane od każdego lekarza-praktyka i streszczają się w formułce: cito, tuto et jucunde.

W żadnej jednak innej dziedzinie praktyki lekarskiej przytoczone wymagania nie mają tak naglącego zastosowania, jak w praktyce lekarza Pogotowia Ratunkowego i dlatego nie każdy lekarz może być dobrym lekarzem Pogotowia. Jest to swojego rodzaju specjalność, do której trzeba mieć zamiłowanie i zdolności, w których trzeba się ćwiczyć i w których można dojść do nadzwyczajnej perfekcji.

Kiedy się mówi o lekarzu Pogotowia Ratunkowego, mimowoli przychodzi na myśl najnowsza książka lekarza z Gdańska Liek'a: „O lekarzu i jego powołaniu", oraz satyra na temat po-

stępowania lekarskiego Weresajewa „Les morticoles", „Aus meinem kleinen Garnison" i t. p. Współczesne kliniki, zdaniem Liek'a, produkują medyków, a nie lekarzy, ponieważ w klinikach niemieckich większość profesorów nie jest lekarzami. a pseudo-uczonymi medykami i ten system niemiecki, niestety, promieniuje na cały świat.

Przyczynę upadku stanu lekarskiego, autor upatruje w nienormalnym stosunku jaki się wytworzył między chorym i lekarzem. Współczesnego lekarza mniej obchodzi sprawa ulżenia cierpieniom chorego, aniżeli zrobienie prawidłowego rozpoznania. Stosowanie środków, które na zasadzie doświadczeń laboratoryjnych są wskazane w danem cierpieniu, długa obserwacja, która ma wykazać etjologję cierpienia, wykonywanie licznych niepotrzebnych operacji—wszystko to sprawia, że chory nie widzi w lekarzu przyjaciela, a zimnego obserwatora. Rentgen i przeróżne badania kliniczne do reszty zabijają we współczesnym medyku zmysł obserwacji i szybkiego orjentowania się w sprawie chorobowej i dlatego pacjent nie jest zadowolony z współczesnego adepta medycyny i stąd wynikają częste konflikty między lekarzem a chorym.

Lekarz Pogotowia siłą rzeczy musi być tym klasycznym lekarzem ze szkoły Hipokratesa, który czyni rozpoznania przeważnie tylko swoimi pięcioma zmysłami i szybko usuwa cierpienia, czem imponuje choremu. Tak jak Liek radzi każdemu lekarzowi specjaliście lub profesorowi, w celu zaznajomienia się z życiem, spędzenia przynajmniej jednego roku na praktyce prowincjonalnej, tak my radzilibyśmy w tym celu, pedagogom lekarskim praktykę w Pogotowiu Ratunkowem, gdyż tu się poznaje ludzi i tu czuje się medyk prawdziwym lekarzem. Istotnie, wielu znanych lekarzy w Warszawie przechodziło praktykę w Pogotowiu Ratunkowęm, jako czynni lekarze dyżurni.

Zastanówmy się, jaką powinna być sylwetka idealnego lekarza Pogotowia?

Przedewszystkiem powinien to być człowiek zdrowy, o młodzieńczem usposobieniu, zrównoważony i nadzwyczaj taktowny.

Lekarz P. R. musi być zdrów, gdyż praca jego wymaga ciągłego czuwania, napięcia nerwowego i udzielania pomocy lekarskiej w terenie, jaki się zdarzy, a więc: na ulicy, w polu, na schodach, w piwnicy, na strychu, w waganie, na dworcu kolejowym, na wietrze, pod ulewnym deszczem, podczas upału albo trzaskającego mrozu, o każdej porze dnia i nocy. Lekarz chory nie da sobie rady z przytoczonemi przeciwieństwami, skutecznej pomocy nie udzieli, gdyż własne niedomagania sparaliżują w nim energję.

Lekarz P. R. powinien być koniecznie człowiekiem młodym i mieć młodzieńcze usposobienie, gdyż tylko taki może mieć zapał do ciągłego ruchu; nieprzespana noc nie zwali go z nóg i wzmożona praca będzie w nim tylko potęgowała zapał i wzmagała fantazję.

Zdrowy i silny lekarz P. R. jest zrównoważony, łatwiej mu się zdobyć na opanowanie nerwów i takt w postępowaniu z pacjentami. A praca lekarza P. R. wymaga nadzwyczaj taktownego postępowania, gdyż jego pacjenci, często ciężko uszkodzeni, zdenerwowani lub w stanie nietrzeźwym nie są zdolni do objektywnego traktowania lekarza i skorzy są do ostrych wystąpień i zatargów.

— — — — — — — — — — — — — — — —

Ażeby zostać lekarzem dyżurnym Pogotowia Ratunkowego należy złożyć podanie do Zarządu z krótkim życiorysem, poczem lekarz naczelny P. R. wyznacza kandydatowi terminy wyjazdów próbnych, których zazwyczaj bywa pięćdziesiąt. Poza tem aspirant pracuje w wolnych chwilach pomiędzy wyjazdami, w ambulatorjum Pogotowia.

Próbne wyjazdy kandydatów odbywają się w ten sposób, że lekarz dyżurny, otrzymawszy wezwanie do wypadku, zabiera z sobą kandydata, który praktycznie zaznajamia się z załatwieniem wypadku na mieście przez lekarza i sanitarjuszy, na zlecenia lekarza dyżurnego pomaga w opatrywaniu rannych, robi podskórne wstrzykiwania, wprawia się w zestawianiu biuletynów, zastępuje sanitarjusza, o ile zachodzi tego potrzeba. Celem gruntownego zaznajomienia się z pracą wyjazdową lekarza-praktykanta pożądanem jest, ażeby pełnił on w tym czasie funkcję sanitarjusza, gdyż tylko w ten sposób zdobędzie wiedzę praktyczną, zaznajomi się z zawartością kuferków ratowniczych, nauczy się obchodzić z noszami i t. p. Poza tem nie jest wskazanem, ażeby do wypadku często błahego, jechała nadmierna ilość ratowników.

Nauka aspiranta odbywa się, jak widzimy, praktycznie i przez omawianie załatwionego przypadku z lekarzami dyżurnemi i lekarzem naczelnym. Aspirant poza tem powinien, chociaż pobieżnie, zaznajamiać się na klinikach i oddziałach ze wszystkiemi specjalnościami, gdyż w praktyce Pogotowia będzie zmuszony usuwać ciała obce wgłębione w rogówkę, z przełyku i krtani, może się zdarzyć, że będzie musiał wykonywać tracheotomję, zaszyć ranę, przepłókać żołądek, wprawić zwichnięcie, nałożyć opatrunek unieruchomiający w złamaniach, zrobić zastrzykiwania podskórne lub

dożylne, zastosować sztuczny oddech, zatamować krwawienie macicy, dokończyć poród, rozpoznać chorobę na pierwszy rzut oka, rozpoznać stany nieprzytomne, rozpoznać śmierć, szybko zdecydować się na transport chorego do domu, do szpitala, do ambulatorjum P. R., lub na pozostawienie pacjenta na miejscu wypadku.

Podczas okresu praktyki w P. R., aspirant winien zaznajomić się bodaj z najtrudniejszym działem pracy lekarza dyżurnego, a mianowicie z przyjmowaniem telefonicznych wezwań na miasto.

Ten dział nazywam najtrudniejszym, gdyż przez telefon trudno zorjentować się, czy wypadek rzeczywiście wymaga pomocy lekarza Pogotowia, zdarzają się też często wezwania lekkomyślne lub wręcz złośliwe, i gdyby lekarz P. R. wyjeżdżał na każde wezwanie — to oczywiście nigdy nie mógłby nieść pomocy w ciężkich uszkodzeniach i katastrofach. Niedoświadczony lekarz jedzie na każde wezwanie i taką czynność nazywam postępowaniem po linji najmniejszego oporu. Wtedy lekarz dyżurny mniej się denerwuje, gdyż składa z siebie odpowiedzialność, pozornie jest nadzwyczaj czynny, ale za to absorbuje niepotrzebnie tabor sanitarny, demoralizuje publiczność i ogołaca stację z pomocy lekarskiej. Początkujące Pogotowie ma więcej wyjazdów, a mniej praktyki ambulatoryjnej. Jeżeli weźmiemy naszą statystykę za 33-letni okres działalności, to zauważymy, że odsetek wyjazdów na miasto stale się zmniejsza, a większość wypadków załatwia się w ambulatorjum Pogotowia, gdyż w miarę większego doświadczenia, ilość odmownych wezwań przez telefon stale wzrasta, a poszkodowani z nieznacznemi obrażeniami stawiają się na stację, gdzie otrzymują lepszą i szybszą pomoc lekarską, niż na miejscu w warunkach niekoniecznie korzystnych. Mamy bardzo ciekawy wykres zestawienia procentowego wyjazdów i pomocy udzielonych w ambulatorjum. Z wykresu tego widzimy, że w roku powstania Pogotowia (1897) ilość wyjazdów na miasto równała się 84,3%, na stacji udzielono pomocy ambulatoryjnej tylko w 10,7% wypadków, alarmów fałszywych było 9% i odmów 5%.

W ostatnim roku sprawozdawczym (1928) wyjazdów na miasto było tylko 21,8%, lwia część wypadków była załatwiona na stacji Pogotowia — 64,5%, odmów było 6% i fałszywych alarmów zaledwie 0,1% — czyli, że publiczność nauczyła się stopniowo korzystać z pomocy Pogotowia i nie wzywa do błahych i niestosownych przypadków (zadawnionych). Jest to rezultat wieloletniej i mozolnej pracy lekarzy P. R. Praca Pogotowia staje się przez to celową, gdyż lekarz dyżurny jest zawsze tam, gdzie rzeczywiście jego obecność jest niezbędną.

Samej techniki wezwań nie będę przytaczał, gdyż uczynił to fachowo lekarz Pogotowia dr. F. Obarski w artykule p. t. „Lekarz Pogotowia Ratunkowego a publiczność“ — „Ratownictwo 1929 r. Nr. 2.

Z żalem muszę stwierdzić, że inteligencja nie umie korzystać z pomocy Pogotowia i wobec nieszczęśliwych wypadków pozostaje bezradna.

Często w praktyce P. R. utrudnia szybkie rozpoznanie symulacja lub agrewecja ze strony pacjentów. W Nr. 3 Ratownictwa z 1929 r. w artykule p. t. „Zamachy samobójcze“, pisaliśmy już, że otrucia jodyną przeważnie obliczone są na wywołanie jakiegokolwiek efektu przez osoby histeryczne i przez to traktowane są przez lekarza P. R. jako przypadki, wymagające leczenia sugestją.

Zdarzają się jednak wypadki w praktyce lekarza P. R., które wywołują sensację i poruszenie w całej dzielnicy miasta, przez niezwykłe okoliczności. Na jakie wypadki musi być przygotowany lekarz P. R., niech posłużą następujące przykłady:

„Sensacja na Lesznie. Kobieta czy spadochron? (*Rzeczpospolita*).

Przy ul. Leszno 24 zdarzył się niezwykły wypadek: 17-letnia M. L., służąca, otworzyła okno w kuchni i zaczęła je myć. W czasie tego L. straciła równowagę i runęła z wysokości 4-go piętra na podwórze. Przerażeni domownicy pobiegli na podwórze i ze zdziwieniem zauważyli, że L. siedzi na stopniu przy wejściu do sieni. Ktoś z przezornych lokatorów zaalarmował Pogotowie. Lekarz stwierdził jedynie lekkie podrapanie. Uradowani lokatorzy domu zanieśli L. do mieszkania. Fakt ten wywołał sensację w całej dzielnicy“.

„Z wieży katedry w stertę śniegu. Cudowne ocalenie robotnika“. (*Rzeczpospolita*). *Robotnik K. N. zajęty uprzątaniem śniegu ze szczytu katedry Ś-go Jana — pośliznął się nagle i runął z ośmiopiętrowej wysokości na bruk. Przechodnie, którzy widzieli moment upadku — wydali okrzyk przerażenia i pobiegli w stronę sterty śniegu, na którą spadł nieszczęśliwy. Jakież było ich zdziwienie, gdy ujrzeli N., który wygramolił się ze śniegu i, oszołomiony tylko upadkiem, podniósł z ziemi czapkę i, chwiejąc się na nogach, ale zdrów i cały, poszedł do domu“.*

A w rzeczywistości rzecz się miała w ten sposób: Na stację Pogotowia wpada zdyszany starozakonny i oświadcza, że przed chwilą spadła z 4-go piętra jego służąca, ale jeszcze żyje. Lekarz dyżurny bez namysłu wyjeżdża do wypadku i w ciągu kilku minut jest przy delikwentce, konstatuje stan dobry i brak jakichkol-

wiek obrażeń na ciele. Wobec tego poleca jednemu sanitarjuszowi zbadać miejsce ew. upadku, a drugiemu znaleźć świadków, którzy widzieli jak upadła pacjentka.

Pierwszy śladów upadku na śniegu nie zauważył, a drugi dyskretnie podsłuchał, jak kumoszki opowiadały sobie, jak to M. L. schodziła ze schodów, usiadła na śniegu i narobiła alarmu. Wobec takich rewelacyj, lekarz P. R. potraktował p. M. jako histeryczkę, która symulowała niezgrabnie upadek z 4-go piętra, dał jej kropel walerjanowych, przemówił stosownie do pacjentki i kazał sanitarjuszowi odprowadzić ją do mieszkania i po kwadransie był już z powrotem na stacji. W kronice P. R. powyższy wypadek figuruje nie jako cud, ani też spadochron lecz jako „symulacja upadku z 4-go piętra".

Oczywiście lekarz P. R. musi być spostrzegawczym, pomysłowym i orjentującym się w sytuacji, bo gdyby się dał oszukać przez pełną pomysłów histeryczkę, straciłby na swej powadze w oczach świadków, którzy widzieli schodzącą ze schodów M. L.

Robotnik, który z ośmiopiętrowej wieży katedrv spadł na śnieg, nie doznał żadnych obrażeń, ale oczywiście tylko w oczach reporterów.

Istota epidemji symulacyj upadków z pięter rozpętała się w ostatnich czasach wprost nieprawdopodobnie.

Oto jeszcze jeden charakterystyczny przykład:

„Z 3-go piętra na bruk" (*Rzeczpospolita*). *Lokatorzy domu przy ul. Dzielnej 37 usłyszeli przed wieczorem gwałtowne krzyki dochodzące z podwórza. Okazało się, że sprawczynią tych krzyków jest służąca w tymże domu S. A. Na pytanie co jej się stało, zbolałym głosem z trudem zdołała wypowiedzieć, że spadła z 3-go piętra, gdzie pracowała. Wobec tego wezwano Pogotowie, które natychmiast przybyło. Jakież zdumienie ogarnęło lekarza, gdy przy badaniu nie stwierdził żadnych obrażeń cielesnych, a do tego jeszcze znalazł pod jęczącą „z bólu" A., rozłożoną chustkę. Służąca tłumaczyła się, że tą drogą chciała wywołać współczucie w zatwardziałem sercu swego lubego".*

Tylko zawdzięczając energicznemu i krytycznemu postępowaniu lekarzy P. R., którzy demaskowali na miejscu symulację, udało się odrazu stłumić tę epidemję symulacyj upadków z wysokości.

Kiedy lekarz P. R. przyjeżdża do wypadku, zazwyczaj zastaje tłum ciekawych, zwłaszcza w dzielnicach zamieszkałych przez ludność żydowską, tak, że musi siłą przedzierać się przez zastępy gapiów, ażeby dotrzeć do poszkodowanego. W tłumie

tym szybko wytwarza się „psychologja tłumu“, są już prowodyrzy, rekrutujący się zazwyczaj z najgorszych szumowin społecznych, którzy zrobili swoje rozpoznanie i, gestykulując i wykrzykując, narzekają na rząd, który zawsze jest przyczyną wypadku, wymyślając na magistrat i kasę chorych, bo to należy do dobrego tonu ulicy, wreszcie i na Pogotowie Ratunkowe, którego nie widzą jeszcze przy poszkodowanym.

Ponieważ minuty w takich razach wydają się niemal godzinami, więc Pogotowie nie spełnia należycie swego zadania, Pogotowie się spóźniło, pomimo, że karetka Pogotowia ma często do przejechania 8 — 10 kilometrów od stacji do miejsca wypadku i co wynosi przeciętnie 10 minut czasu, pomimo licznych zatorów na Granicznej, na moście Kierbedzia, na przejeździe kolejowym przy ul. Żelaznej, na Marszałkowskiej przy dworcu głównym i t.d. Z chwilą kiedy lekarz z sanitarjuszami wysiadają z karetki, tłum milknie, uspokaja się, tylko niekiedy słyszy się aluzje i dowcipy na temat spóźnienia się Pogotowia. Teraz zaczyna się istne przedstawienie, gdzie poszkodowany, lekarz, sanitarjusze i szofer są aktorami, dekoracją karetka Pogotowia, a widzami—zgraja gapiów, wśród których przeważają „krytycy“. Tłum śledzi każde poruszenie lekarza i w miejscach publicznych lekarz P. R siłą rzeczy występuje jako aktor, który może się spotkać z uznaniem lub ujemnym sądem publiczności. Ponieważ zasadniczo z podawaniem pierwszej pomocy poszkodowanemu nie wolno czynić przedstawienia, jak tego chciałby tłum, zabiegi ratownicze lekarza mogą często wywołać niepowołaną krytykę tłumu. Ponieważ opatrywanie i badanie wśród fatalnych warunków na mrozie, skwarze, podczas deszczu i wiatru może choremu wyrządzić krzywdę — naglącym nakazem w taktyce lekarza dyżurnego Pogotowia jest jaknajszybsze oderwanie się od tłumu. W tym celu lekarz Pogotowia, po zorjentowaniu się w sytuacji, zarządza niezwłoczne przetransportowanie chorego do karetki i odjeżdża możliwie najprędzej od publiczności.

Nie zawsze atoli można natychmiast oderwać się od tłumu. Np. w złamaniach uda i podudzia należy kończynę unieruchomić na miejscu i potem dopiero chorego transportować. W takich razach postępowaniem taktycznem lekarza P. R. będzie usposobić przychylnie do siebie tłum przez poinformowanie go o rozpoznaniu. Tych, którzy najwięcej krytykują, wezwać do pomocy, poprosić o przyniesienie wody, jakiego posłania, naczynia i t. p.

O ile tłum zanadto napiera na ratowników, uformuje lekarz kordon z publiczności, która powstrzymuje napierających i sama

zaczyna „niegrzecznych“ monitować. Ten system wciągnięcia tłumu do bezpośredniej akcji ratowniczej nigdy nie zawodzi i z najgorszych krzykaczy i „krytyków“, stwarza rzeczywistych ratowników, którzy okazują się często pożytecznemi pomocnikami.

Jeżeli przy wypadku znajduje się funkcjonarjusz policji, to oczywiście utrzymanie porządku należy do niego, zdarza się jednak, że posterunkowy, zamiast utrzymywać porządek, wraz z tłumem ciekawie obserwuje dokonywane na chorym zabiegi lekarskie i wtedy lekarz P. R. powinien go niezwłocznie w grzecznej formie wyprowadzić z zapomnienia się.

Lekarz Pogotowia nie powinien nigdy występować ostro i niegrzecznie, ani wobec jednostki ani wobec tłumu, z którego mogą pochodzić nieprzychylne dla lekarza uwagi.

Hasłem lekarza P. R. powinna być uprzejmość. Ton głosu należy zawsze modulować na uprzejmy, — nigdy — gburowaty i gromiący. Mówić należy głośno, ale nigdy nie krzyczeć. Służba lekarska Pogotowia wyklucza gniew, ironiczne docinki i niesmaczne dowcipy. Każdy przypadek i wezwanie lekarz P. R. załatwia chętnie i cierpliwie. O ile lekarz P. R. nie unosi się, każde przykre zajście potrafi zlikwidować ze stanowiska służbowego, a nie osobistego i nie będzie się czuł obrażonym. Lekarzowi P. R. nie wolno obrazić nikogo. Jedzenie, czytanie gazet, palenie papierosów podczas załatwiania wypadków są wykluczone. Tak samo wykluczone jest udzielanie podwładnym nagan wobec publiczności.

O ile publiczność zaczyna przybierać wobec personelu Pogotowia wrogą postawę, co się wówczas zdarza, gdy publiczność jest podchmielona, a tem samem skora do ekscesów, lekarz P. R. powinien uczynić wszystko, ażeby nie doprowadzić do konfliktu z tłumem, a więc: nie odpowiada na różne przytyki i niegrzeczności i stara się jaknajrychlej wycofać wraz z personelem i pacjentem z nieprzychylnego otoczenia. W trudnych okolicznościach, na jakie narażony jest lekarz P. R, zwłaszcza na krańcach miasta, gdzie może się zdarzyć kilku poranionych w zaciętej bójce pijanej kompanji, taktyka lekarza P. R. powinna polegać na grzecznem, ale energicznem i szybkiem postępowaniu wobec osób odurzonych alkoholem, w wyszukaniu sobie sprzymierzeńców trzeźwych z publiczności i jaknajszybsze wycofanie się z opresji pod jakimkolwiek bądź pozorem.

Na szczęście, lekarze P. R. wyrobili już w sobie pomysłowość w takich wypadkach i od dłuższego już czasu w kronikach

instytucji nie notowano przypadku poturbowania personelu Pogotowia przez „wdzięcznych" klientów.

A więc, taktyka lekarza P. R. przy wypadku powinna polegać na szybkiem zorjentowaniu się w położeniu, oderwaniu się od tłumu i możliwie pośpiesznym transporcie chorego do szpitala, ambulatorjum Pogotowia lub do domu.

Zorjentowanie się w położeniu polega na szybkiem rozpoznaniu cierpienia, niekoniecznie klinicznem, przeważnie objawowem i na zasadzie czynności serca, oddechu i ogólnego wyglądu i t. p. uprzytomnieniu sobie, czy stan chorego jest dobry, zadowalający lub ciężki, gdyż od tego zależeć będzie dalsze postępowanie.

Do zorjentowania się w położeniu odnosić się będzie także decyzja, czy teren, gdzie zaszedł wypadek, nadaje się do udzielenia fachowej pomocy, czy korzystniejszy będzie dla chorego transport natychmiastowy do szpitala, gdzie otrzyma on pomoc specjalisty.

(D. c. n.).

Jak się ustrzec chorób zakaźnych.

Kto chce uniknąć zachorowania na choroby zakaźne, winien zachować następujące środki ostrożności.

1. Ręce myć wodą z mydłem przed każdem jedzeniem.

2. Usta płókać rano i wieczorem oraz przed każdym jedzeniem, wodą przegotowaną lub lepiej wodą z boraksem (łyżeczka na szklankę wody).

3. Utrzymywać ciało w czystości (kąpać się jak najczęściej).

4. Bieliznę osobistą i pościelową zmieniać raz na tydzień. Poduszki, materace i sienniki wietrzyć na słońcu raz na 2 tygodnie.

5. Czuwać nad czystością odzieży. Odzież wietrzyć i trzepać przynajmniej raz na tydzień.

6. Mieszkanie przewietrzać możliwie często (parę razy dziennie).

7. Podłogę po skropieniu wodą zamiatać codziennie przy otwartych oknach lub drzwiach i szorować wodą gorącą z mydłem szarem co tydzień, ściany i sufity często okurzać przy otwartych oknach.

8. Pluskwy, pchły i wszy tępić wodą wrzącą, terpentyną, naftą lub benzyną, tępić myszy i szczury.

9. Nie pić wody nieprzegotowanej, nie używać napojów wyskokowych, nie jadać strawy nieświeżej.

10. Nie wychodzić z domu naczczo. Jeść 2 razy dziennie strawę gorącą świeżo przygotowaną. Pieczywo przed jedzeniem wstawić do pieca gorącego na 10 minut.

11. Zabezpieczyć pokarm od much i pyłu, przykrywając go starannie.

12. W razie chorób żołądka lub kiszek (wymioty, boleści, biegunka i t. p.) udać się natychmiast o poradę do lekarza.

13. Nie odwiedzać chorych i zmarłych na choroby zakaźne.

14. Osoby pielęgnujące chorych powinny: a) myć przed każdem jedzeniem ręce i twarz wodą z mydłem, b) usta płókać roztworem boraksu przed każdym jedzeniem, rano i wieczorem, c) kąpać się często i często zmieniać bieliznę, d) nie zbliżać się do chorego inaczej jak w białym fartuchu lub prześcieradle, okrywającem całe ubranie, fartuch przy wyjściu pozostawiać w pokoju chorego, a przy najmniejszem splamieniu odchodami chorego, natychmiast zanurzyć go we wrzącym roztworze sody (łyżeczka na szklankę wody), e) obuwie przy wyjściu z pokoju chorego wytrzeć ścierką, zmoczoną w 5% roztworze karbolu lub 1% sublimatu. f) unikać wykroczeń w djecie i zwracać uwagę na stan swego zdrowia.

15. Wszelkie odchody chorego wylewać do ustępu po starannej dezynfekcji mlekiem wapiennem lub wapnem niegaszonem Wszelkie naczynia użyte przez chorego wygotować w wodzie z sodą w ciągu $^1/_2$ godziny. Bieliznę chorego przed oddaniem do prania wygotować przez $^1/_2$ godziny w 2% roztworze sody.

16. Podłogę w mieszkaniu chorych lub zmarłych na choroby zakaźne wyszorować wodą gorącą z mydłem szarem, również wyszorować wodą gorącą z mydłem szarem wszystkie sprzęty domowe, naczynia blaszane wygotować w roztworze sody; ściany i sufity w mieszkaniu pobielić wapnem. Słomę z siennika spalić, ubrania i pościel chorego i otoczenia poddać dezynfekcji.

Izolacja uczniów chorych na choroby zakaźne.

Uczniowie dotknięci chorobą zakaźną, powinni być natychmiast odłączeni (izolowani). Według wskazówek lekarza odosobnić należy i tych uczniów, którzy mieli bliższe stosunki z kolegami chorymi na choroby zakaźne; uczniowie tacy przedewszystkiem, nie powinni przychodzić do szkoły, ani komunikować się z kolegami w ciągu tylu dni, ile trwa okres ukryty danej choroby zakaźnej. Po wyzdrowieniu ucznia rodzice lub opiekunowie winni wykonać trzy kardynalne prawidła: 1) trzymać ucznia w ścisłem odłączeniu przez pewien czas wskazany w jednej z poniższych tabelek, 2) zdezynfekować należycie wszystkie rzeczy i przedmioty, z któremi chory stykał się lub używał i 3) przed pójściem do szkoły wykąpać lub wymyć chłopca, oraz dać mu czystą bieliznę i świeże ubranie.

Tabelka czasu izolacji uczni, dotkniętych chorobami zakaźnemi.

1. Okres czasu odłączenia uczni, którzy komunikowali się lub mieszkali razem z kolegami chorymi na choroby zakaźne:

a) na szkarlatynę	od	12	do	14	dni.
b) „ odrę	„	—	„	15	„
c) „ różyczkę	„	—	„	16	„
d) „ ospę wietrzną	„	—	„	17	„
e) „ koklusz	„	15	„	20	„
f) „ świnkę	„	—	„	22	„
g) „ błonicę	„	—	„	14	„
h) „ ospę naturalną	„	—	„	14	„
i) „ tyfus brzuszny	„	—	„	14	„

2. Kiedy ucznia można posłać do szkoły po przejściu choroby zakaźnej.

Po szkarlatynie — po upływie 6-iu tygodni od chwili wystąpienia wysypki i jeśli niema śladów łuszczenia naskórka.

Po odrze — po upływie 4-ch tygodni od chwili wystąpienia wysypki i jeśli niema śladu łuszczenia naskórka.

Po różyczce — po upływie 2-ch tygodni od chwili wystąpienia wysypki.

Po ospie wietrznej — gdy odpadną wszystkie strupy.

Po kokluszu — po upływie 6-ciu tygodni od dnia wystąpienia kaszlu, po ustąpieniu napadów spazmatycznych i gdy przestanie się wydzielać plwocina.

Po śwince — po upływie 3 tygodni od chwili wystąpienia obrzęków gruczołów.

Po błonicy — w trzy tygodnie po zupełnem wyzdrowieniu, po ustąpieniu zaczerwienienia gardzieli, krtani i błonicy śluzowej nosa i po zniknięciu laseczników Löfflera.

Po ospie naturalnej — gdy odpadną strupy.

Uzdrowiska i letniska polskie.

(Dalszy ciąg).

Osieczna (letnisko), miasteczko w pow. leszczyńskim (od Leszna 10 km.), leży w b. pięknej, falistej okolicy nad jez. Osieckiem o 150 ha obszaru, osłonięte od północy wzgórzami; lasy iglaste. Powietrze czyste, zdrowe. Światło elektryczne. Łazienki na jeziorze. Stacja kol. Leszno o 10 km. Stała linja autobusowa.

Osielec (letnisko), wieś w pow. makowskim, leży w Beskidach Zach. nad Skawą. Słabe źródła żelaziste. Las o $^1/_2$ km. Kąpiele w Skawie. Stacja kol. i poczta na miejscu.

Osłonino (letnisko nadmorskie), wieś w pow. morskim, w okolicy pagórkowatej, o $1^1/_2$ km. od brzegu zatoki Puckiej, płytkiej w tem miejscu, fala morska nie dochodzi. Stacja kol. Żelistrzewo o 3 km. Od Osłonina do Rzucewa wspaniała Aleja Sobieskiego, sadzona ręką króla.

Osmołoda (letnisko), osiedle w pow. dolinianskim, 750 m. n. p. m., przepięknie położone w środku Gorganów u ujścia Mołody do Łomnicy. Powietrze wspaniałe, zacisznie. Stacja kolejowa Broszniów o 50 km., stąd kolejką leśną. Poczta Perehińsko.

Ostrowo (letnisko nadmorskie), wieś w pow. morskim. Leży dość wysoko na kępie piaszczystej o 1 km. od morza. Lasek sosnowy. Plaża piękna, czysta, szeroka, fala duża. Powietrze niezbyt zdrowe z powodu bliskości bagien. Opłata gminna 1 zł. tygodniowo. Stacja kol. Sławoszewo o 6 km. Poczta Krokowa.

Ostrówce (letnisko), osiedle leśnodworskie w pow. żnińskim, bardzo pięknie położone w lasach iglastych, między jez. Foluskiem a Ostrowieckiem. Przystanek kolejki na miejscu. Poczta Gąsawa.

Otłoczyn (letnisko), wieś w pow. toruńskim, pięknie położona na lewym brzegu Wisły, śród lasów sosnowych na piaszczystych pagórkach. Stacja i poczta na miejscu.

Otwock (stacja klimatyczna), miasto w pow. warszawskim, 97 m. n. p. m., leży na piaskach śród dużych lasów sosnowych.

Powietrze czyste, balsamiczne. Otwock zaleca się w nast. chorobach: ozdrowiny, przepracowanie umysłowe, osłabienie nerwowe, nieżyty oskrzeli, początkowe okresy gruźlicy płuc Istnieje tu sanatorjum m. Warszawy i dwa inne sanatorja z urządzeniami do wodolecznictwa i elektroterapji, dwie lecznice m. Warszawy dla piersiowo chorych. W budowie dom kąpielowy i kasyno. Stacja i poczta na miejscu.

Pasieczna koło *Nadwórnej* (letnisko), wieś górska; 542 m. n. p. m., pięknie położona w Gorganach, śród lasów nad Bystrzycą Nadwórniańską. Powietrze podgórskie. Kąpiele w Bystrzycy. Stacja Nadwórna o 12 km., poczta na miejscu.

Pcim (letnisko), wieś w pow. myślenickim, 347 m. n. p. m., nad Rabą, śród gór i lasów. Powietrze czyste, klimat łagodny. Stacja Mszana Dolna o 11 km., poczta na miejscu.

Pelplin (letnisko), miasteczko o wyglądzie wiejskim w pow. tczewskim, leży malowniczo w okolicy pagórkowatej nad Wierzycą. Klimat nadmorski. Stacja i poczta na miejscu.

Pewel Mała (letnisko), wieś w pow. żywieckim, 400 m. n. p. m., leży pięknie w dolinie nad Koszarawą, śród lasów. Stacja i poczta na miejscu.

Piaseczno koło Warszawy o 15 km. (letnisko), miasteczko leży w piaszczystej, suchej okolicy, otoczone lasami. Światło elektryczne. Kąpiele. Stacja kolejki Grójeckiej na miejscu.

Pieskowa Skała (letnisko), osiedle w pow. olkuskim, o 6 km. od Ojcowa, 475 m. n. p. m., w dolinie Prądnika. Klimat podgórski. Pensjonat w starożytnym zamku Szafrańców. Wanny. Zimne kąpiele w Prądniku. Stacja kol. Olkusz o 14 km. szosą.

Pistyń (letnisko), miasteczko w pow. kosowskim, 400 m. n. p. m., nad Pistynką, dopływem Prutu, otoczone górami i lasami. Powietrze podgórskie, czyste, zdrowe. Jest tu kilka źródeł słonych ze Szturbarkiem na czele. Pistyń słynie z artystycznego garncarstwa. Dużo owoców, warzyw, grzybów i poziomek. Stacja Kołomyja o 24 km. (dosk. gościniec). Poczta na miejscu.

Piwniczna (letnisko), miasteczko w pow. nowosądeckim, 430 m. n. p. m., pięknie położona nad Popradem śród gór i lasów. Powietrze górskie, wyborne. Kąpiele w Popradzie, zawierające dużo składników mineralnych. Plaża. Opłata 2 zł. od osoby. Stacja kol., poczta i telegraf na miejscu.

Podbrodzie (letnisko), miasteczko w pow. święciańskim, leży u ujścia Dubinki do Żejmiany, śród wielkich lasów. Stacja o 1 km. Poczta na miejscu.

Poddębice (letnisko), miąsteczko w pow. łęczyckim, 133 m. n. p. m., leży nad Nerem, śród lasów sosnowych na piaskach. Dojazd 3 zł. autobusem z Łodzi.

Podgórze w Krakowie (zdrojowisko), na drugim brzegu Wisły, posiada obfite źródło siarczano-solankowe. Zaleca się w nast. chorobach: mięśni, nerwów i stawów na tle gośćcowem, urazowem i dnawem, zatrucie metalami, chor. skóry. Zakład mieści się w dużym parku. Posiada 20 kabin.

Podlasie (letnisko), wieś podmiejska pod Kętami w pow. bialskim, na lewym brzegu Soły, w zalesionej kotlince na południowych stokach wzgórza. Kąpiele w Sole — plaża. Stacja kol. na miejscu. Poczta w Kętach.

Podleśniów (letnisko), wieś w pow. nadwórniańskim, 700 m. n. p. m., bardzo pięknie położona nad Prutem, u stóp Chomiaka, śród lasów. Klimat górski, świetny. Stacja kol. na miejscu.

Podluty (letnisko i zdrojowisko), wioska w pow. doliniańskim, o 3 km. od Osmołody, 717 m. n. p. m. Leży w Gorganach, nad Łomnicą, dopł. Dniestru. Powietrze górskie. Posiada źródło siarczano-jodowe „Andrzej", niedostatecznie zbadane i 2 źródła „Tytus" i „Sylwester" z wodami słabszemi, do picia. Kąpiele w Łomnicy, plaża Stacja kol. Broszniów o 44 km., stąd prywatną kolejką leśną.

Podwilk (letnisko), wieś w pow. nowotarskim, leży na Orawie na południowo-wschodnim stoku pasma Babiogórskiego, tuż nad Czarną Orawką. Kąpiele. Powietrze górskie. Woda doskonała, podobno nawet lecznicza. Stacja kol. Raba Wyżna o 14 km., lub Chabówka o 18 km.

Ponice (letnisko), wieś w pow. nowotarskim. Leży malowniczo u północno-zachodnich stoków Gorców nad Poniczanką. Stacja i poczta—Rabka o 5 km.

Porąbka koło *Kęt* (letnisko), wieś w pow. bialskim, nad Sołą u wylotu pięknej doliny Wielkiej Puszczy, wśród lasów i gór. Stacja kol. Kęty o 8 km.

Poręba Wielka (letnisko), wieś w pow. limanowskim. Pięknie położona śród gór i lasów, nad Porębą. Klimat podgórski, powietrze czyste. Stacja Mszana Dolna o 8 km. Poczta Niedźwiedź. Kąpiele doskonałe w Porębie.

Poronin (letnisko), wieś w pow. nowotarskim, o 7 km. od Zakopanego, 742 m. n. p. m., pięknie położona u spływu Zakopianki i Porońca, które tu tworzą Biały Dunajec, śród gór i lasów. Powietrze górskie. Stacja kol. na miejscu.

Powidz (letnisko), miasteczko w pow. gnieźnieńskim, 94 m. n. p. m., leży ładnie w okolicy falistej, nad wielkim jeziorem Powidzkiem. Dno piaszczyste, woda czysta. Lasy. Wielkie łazienki murowane nad jeziorem — plażą. Pomost wysunięty na jezioro na 60 m. Opłata uzdrowiskowa 6 zł. tygodniowo. Stacja kolej. Gniezno. Poczta na miejscu.

Przygłów (letnisko), wieś w pow. piotrkowskim. Leży nad rzeczką Luciążą, śród lasów sosnowych. Kąpiele w Luciąży — plaża. Przystanek kolejki Piotrków—Sulejów na miejscu.

Przyszowa (letnisko), wieś w pow. limanowskim, 439 m. n. p. m., w Beskidzie liman.-makowskim, śród gór i lasów. Stacja Limanowa o 12 km.

Ptaszkowa (letnisko), wieś w pow. grybowskim, 508 m. n. p. m., pięknie położona w Beskidzie Sądeckim, śród gór i lasów iglastych. Stacja na miejscu.

Puck (letnisko nadmorskie), miasteczko w pow. morskim, 10—20 m. n. p. m. nad zatoką Pucką. Morze tu płytkie, fala nie dochodzi. Klimat ostry—zdrowy. Stacja kol. na miejscu.

Puławy (letnisko), wieś w pow. Sanockim, 500 m. n. p. m., leży w okolicy górzystej i lesistej. Stacja Besko o 12 km. Kąpiele w Wisłoku.

Pustomyty (zdrojowisko i zakład przyrodoleczniczy), wieś w pow. lwowskim, posiada 2 źródła siarczane i borowinę. Stacja i poczta na miejscu.

Puszcza Marjańska (letnisko), wieś w pow. skierniewickim. Leży na piaskach w pięknej okolicy falistej, śród lasów iglastych nad rzeczką Korabiewką. Zalecana jest w początkowej gruźlicy, ozdrowieństwie, neurastenji i nerwicach. Kąpiele. Stacja Radziwiłłów o 4 km.

Puszczykowo (letnisko), osada letniskowa w pow. poznańskim. Od Poznania o 13 km. Leży w okolicy pagórkowatej, śród lasu, niedaleko brzegu Warty (plaża z rozbieralniami). Przystanek kol. na miejscu.

Puszczykówko (letnisko), osada letniskowa w pow. śremskim, od Poznania 15 km., nad samą Wartą, w warunkach podobnych co i Puszczykowo, lecz zdala od gościńca, więc wolna od pyłu i na wyższym brzegu. Przystanek kolejowy na miejscu.

Raba Niżna (letnisko), wieś w pow. limanowskim, 425 m. n. p. m., leży pięknie w dolinie Raby, między Gorcami i Luboniem, o 4 km. od Rabki. Stacja i poczta Mszana Dolna o 3 km.

Raba Wyżna (letnisko), wieś w pow. nowotarskim, od Rabki o 6 km., 531 m. n. p. m., leży w Gorcach nad Rabą. Klimat podgórski. Stacja kolejowa i poczta na miejscu.

Rabka (zdrojowisko), wieś w pow. makowskim, w Gorcach nad Rabą, 478—550 m. n. p. m., na płaskowzgórzu, śród gór i lasów. Klimat podgórski. Rabka posiada 12 źródeł silnej solanki, zawierających jod i brom. Rabkę zaleca się w chor. następujących: zołzy, skaza wypocinowa, krzywica (gruźlica kości, stawów, skóry), wysięki zapalne, nieżyty górnych dróg oddechowych, gościec mięśni i stawów. Sezon I—od maja do 30 czerwca, II — od lipca do 15 sierpnia, III — od 16 sierpnia do 30 września. Opłata zdrojowa za 6 tygodni 24 zł., od dzieci 16 zł. 80 gr. Stacja kolejowa i poczta na miejscu.

Radłowo lub *Redłowo* (letnisko nadmorskie), wieś w pow. morskim. 90 m. n. p. m., leży na szczycie Kępy Redłowskiej, śród malowniczych pagórków leśnych, o 1 km. od morza. Fala morska duża, plaża szeroka, lecz żwirowata i kamienista. Stacja kolejowa Mały Kack o 1 km.

Radość (letnisko), wieś w pow. warszawskim, od Warszawy 14 km., leży na gruntach piaszczystych, suchych, śród lasów sosnowych. Przystanek kolejowy na miejscu.

Radziechowy (letnisko), wieś w pow. żywieckim, 447 m. n. p. m., leży pięknie w południowym kącie kotliny żywieckiej, blisko Soły. Stacja kol. na miejscu.

Rafajłowa (letnisko), wieś w pow. nadwórniańskim, pięknie położona u stóp Gorganów, śród lasów. Kąpiele w Bystrzycy. Najbliższa stacja Nadwórna o 30 km.

Rajcza (letnisko), wieś w pow. żywieckim, 502 m. n. p. m., w uroczej kotlinie nad Sołą, śród gór i lasów. Klimat łagodny. Rajcza odpowiednia w chorobach płucnych. Nie nadaje się w gruźlicy krtani. Stacja kolejowa na miejscu. Kąpiele w Sole.

Rembertów (letnisko), wieś w pow. warszawskim, od Warszawy o 9 km., leży na piaskach śród lasów. Przystanek kol. na miejscu.

Reda (letnisko), wieś w pow. wejherowskim, od Gdyni o 14 km., leży u stoków Szwajcarji Kaszubskiej, śród lasów. Stacja kol. na miejscu (węzłowa).

Rewa (letnisko nadmorskie), wieś w pow. morskim, od Gdyni 14 km., leży malowniczo nad zatoką Pucką. Fala morska tu nie dochodzi. Stacja kol. Mrzezino o 10 km.

Rozłucz (letnisko), wieś w pow. turczańskim, leży śród gór i lasów iglastych. Stacja na miejscu.

Różanka Niżna i Wyżna (letnisko) w pow. skolskim, 550 m. n. p. m., leży ładnie nad potokiem Różanówką, śród gór i dużych lasów. Przystanek kol. na miejscu.

Rudawa koło Krakowa (o 17 km.), wieś ładnie położona w okolicy falistej. Stacja i poczta na miejscu.

Rudka pod Warszawą (stacja klimatyczna), osiedle w pow. mińsko-mazowieckim. Leży w okolicy falistej obok lasów iglastych, na gruntach piaszczystych. Znajduje się tu Sanatorjum Warsz. Tow. Higjenicznego dla piersiowo-chorych dla inteligencji. Stacja kol. Mrozy o $1^1/_2$ km., stąd do sanatorjum własny tramwaj zakładowy.

Rumja (letnisko), wieś w pow. wejherowskim, leży między Kępą Oksywską a stromo spadającą wyżyną Szwajcarji Kaszub. Stacja Zagórze o 12 km.

Rycerska Dolna i Górna (letnisko), wsie w pow. żywieckim, leżą w pięknej lesistej okolicy Beskidu Żywieckiego. Stacja kol. Rajcza o 3—4 km., od Górnej o 11 km.

Rymanów (zdrojowisko), miasteczko w pow. sanockim, 364 m. n. p. m., ślicznie położone w dolinie Jaby, śród gór i lasów iglastych. Klimat podgórski, bez większych wahań. Rymanów posiada 3 źródła obfite szczawy słono-alkalicznej z domieszką dwuwęglanu wapniowego i magnezowego: Tytusa, Klaudję i Celestynę. Nadto kilka nieujętych. Rymanów zaleca się w chorobach następujących: nieżyty żołądka z upośledzonem wydzielaniem kwasu solnego, nieżyty jelit, kamica żółciowa i nieżyty przewodów żółciowych, dróg oddechowych, krzywica, zołzy, gruźlica chirurgiczna. Stacja Rymanów o 10 km.

Rytro (letnisko i zdrój), wieś w pow. nowosądeckim, 338 m. n. p. m., leży bardzo pięknie w Beskidzie Sądeckim, śród gór malowniczych i lasów, nad Popradem. Źródło siarczano-żelaziste — niezbadane dotąd. Wspaniałe kąpiele w Popradzie. Stacja kolejowa na miejscu.

Rzucewo (letnisko nadmorskie), folwark w pow. morskim, od Pucka o 5 km. Leży b. ładnie u stóp kępy Puckiej nad zatoką. Lasy bukowy i iglasty. Do Osłonina prowadzi piękna aleja lipowa w cztery rzędy, sadzona ręką króla Jana Sobieskiego. Stacja kol. Żelistrzewo o 4 km.

Sadowne (letnisko), wieś w pow. węgrowskim, leży na suchych piaskach, śród lasów sosnowych. Stacja na miejscu o 3 km. Obok drugie letnisko Zieleniec również o 3 km. od stacji.

Salmopol (letnisko), wioska w pow. bialskim, 635—934 m. n. p. m., nad wyraz pięknie położona w lesistym BeskidzieŚlą-

skim. Naokoło wsi nieprzejrzane lasy. Stacja Wilkowice—Bystra o 7 km.

Sianki (letnisko), wieś w pow. turczańskim, leży śród gór i lasów, 840 m. n. p. m., u źródeł Sanu. Stacja kol. na miejscu.

Sidzina (letnisko), wieś w pow. makowskim, leży pod Babią Górą, 500—620 m. n. p. m. nad Sidzinką. Powietrze górskie, klimat ostry. Są dwa źródła słone niezbadane. Stacja kol. Osielec o 11 km.

Sieniawa (letnisko), wieś w pow. nowotarskim, leży w kotlinie nad Rabą, otoczona lesistemi górami ponad 800 m. Powietrze podgórskie. Stacja kolejowa na miejscu.

Skawica (letnisko), wieś w pow. makowskim, 480 m. n. p. m., leży wśród gór i lasów nad Skawicą czyli Białką koło Babiej Góry. Stacja Maków o 10 km.

Skole (letnisko) miasto powiatowe w woj, stanisław., 438 m. n. p. m., pięknie położona w obszernej kotlinie nad Oporem, śród gór i lasów jodłowych klimat podgórski, łagodny. Skole zaleca się w początkowej gruźlicy, niedokrwistości, przeczuleniu nerwowem. Kąpiele w Oporze. Stacja kol. na miejscu.

Skolimów (letnisko), wieś letniskowa w pow. warszawskim, o 17 km. od Warszawy. Leży śród dużych lasów, na gruntach piaszczystych, nad Jeziorną. Elekryczność, kanalizacja. Stacja kolejki Wilanowskiej na miejscu.

Skomielna Biała (letnisko) wieś w pow. makowskim, o 4 klm. od Rabki, leży u stóp Małego Lubonia, nad potokiem Skomielna, 509—598 m. n. p. m. Lasy świerkowe, powietrze wspaniałe. Stacja Chabówka o $5^1/_2$ km.

Skruda (letnisko), wieś w pow. mińskim-mazowieckim, leży na piaskach pod lasem sosnowym. Przystanek kol. na linji Warszawa-Brześć,

Sławinek (letnisko). wieś w pow. lubelskim, o $3^1/_2$ km. od Lublina. Leży w małej kotlinie nad Brzechówką, otoczona wzgórzami. Posiada słabe źródła żelaziste.

Słoboda Rungurska (letnisko), wieś w pow. peczeniżyńskim, 600 m. n. p. m., malowniczo położona śród gór i lasów nad potokami górskiemi. Posiada słabe źródła siarczane niezbadane i nieujęte. Stacja kol. i poczta na miejscu.

Słomka lub Słonka (letnisko) wieś w pow. Limanowskim, 500 m. n. p. m. śród gór i lasów, doskonale osłonięta, pierwszorzędne warunki klimatyczne. Stacja Mszana Dolna o 2 km.

Słotwiny pod Krynicą (letnisko-zdrój). Patrz Krynica.

Słowik (letnisko), wieś letniskowa koło Kielc (o 8 km.) Leży uroczo nad Bobrzą wśród odgałęzień gór Święto-Krzyskich. Lasy

mieszane i sosnowe. Kąpiele w Bobrzy. Przystanek kolejowy na miejscu.

Słupno (letnisko), wieś w pow. płockim, leży na piaskach nad strumieniem, wpadającym do Wisły (o $1^1/_2$ km.) śród dużych lasów sosnowych. Autobus z Płocka (12 km.).

Smukała (letnisko) wieś w pow. bydgowskim, pięknie położona nad Brdą wśród wzgórz i lasów sosnowych. Powietrze doskonałe. Przystanek kolejki z Bydgoszczy i poczta na miejscu. Nadto autobus Bydgoszcz-Smukała (8 km.).

Sokołówka (letnisko) wieś w pow. kosowskim, leży śród lasów w dolinie potoku Rybnicy, 450 m. n. p. m. Kąpiele w Rybnicy. Stacja Kołomyja o 40 km.

Solec Kujawski (letnisko), miasto w pow. Bydgoskim, leży nad Wisłą między Toruniem a Bydgoszczą, na gruntach suchych piaszczystych, dużo wokół lasów iglastych. Powietrze doskonałe. Kąpiele w Wiśle — plaża. Kanalizacja, światło gazowe. Stacja i poczta na miejscu.

Solec-Zdrój (zdrojowisko), wieś w pow. stopnickim, malowniczo położona nad Wisłą w okolicy falistej, pokrytej lasami sosnowemi. Posiada obfite i silne źródło siarczano-słone, o składzie zbliżonym do wód buskich. Siarczanka solecka jest silniejsza, bardziej stężona i ma więcej siarkowodoru. Zaleca się w tych samych dolegliwościach co i Busko. Posiada nowe łazienki. Kanalizacja, wodociągi i elektryczność. Sezon od 20 maja do 20 września. Taksa zdrojowa 18 zł. Solec jest własnością prywatną inż. R. i W. Daniewskich. Najbliższa stacje kolejowa Szczucin (na odcinku Tarnów) o 14 km. Najdogodniej autobusem z Kielc (2 razy dziennie) — przejazd 12 zł. Poczta Solec-Zdrój.

Sól (letnisko-zdrój) wieś w pow. żywieckim, 530 m. n. p. m., pięknie położona u stóp lesistego Beskidu w dolinie Soły i Czerny. Znajduje się tu silne źródło słone, dziś nie użytkowane. Stacja i poczta na miejscu.

Spas (letnisko), wieś w pow. starosamborskim, 375 m. n. p. m., leży u ujścia potoku, wpadającego do Dniestru w dolinie otoczonej lesistemi górami. Powietrze czyste, suche. Klimat podgórski, ciepły. Stacja kolejowa Terszów-Spas o 2 km. Zwracać się do Zarządu dóbr w Spasie.

Sporysz (letnisko) wieś w pow. żywieckim, 368 m. n. p. m. leży malowniczo w Beskidzie Żywieckim nad Sołą. Stacja na miejscu. Poczta Żywiec.

Sprynia (letnisko-zdrój) wieś w pow. Samborskim, leży w okolicy Podgórskiej zalesionej. Znajduje się tu obfite źródło słono-że-

lasiste, dotąd niezbadane, kąpiele w potoku. Doskonałe tereny narciarskie zimą. Zwracać się do właściciela dóbr tutejszych inż. Stefana Monasterskiego. Stacja kol. Sambor o 22 km. Poczta Czerchawa.

Stanisławówka (letnisko) patrz Osieczna.

Stary Sącz (letnisko), miasto starożytne, zabytkowe w pow. nowosądzkim, 321 m. n. p. m., pięknie położone w obszernej kotlinie Sądeckiej w widłach ujścia Popradu do Dunajca. Powietrze górskie. Stacja, telef. i poczta na miejscu.

Starzawa koło Chyrowa (letnisko), wieś w pow. dobromilskim. Leży na podkarpaciu, śród gór i lasów nad Strwiążem i 3 potokami górskiemi. Stacja i poczta na miejscu. Zwracać się do urzędu gminnego lub pocztowego.

Stróża (letniska) wieś w pow. myślenickim, uroczo położożona wzdłuż potoku wpadającego do Raby i nad Rabą, śród gór i lasów. Dobrze osłonięta. Stacja Mszana Dolna o 18 km. lub autobus Kraków-Zakopane.

Struga (letnisko) wieś w pow. radzymińskim, o 14 km. od Warszawy, leży śród dużych lasów sosnowych i świerkowych. Stacja kolejki mareckiej na miejscu.

Strzyżów nad Wisłokiem (letnisko), miasteczko powiatowe, woj. lwowskie. Leży wśród wzgórz. Kąpiele doskonałe w Wisłoku. Stacja kol. i poczta na miejscu.

Sucha nad Skawą (letnisko), miasto w pow. żywieckim, w paśmie Babiogórskim, 346 m. n. p. m., dobrze osłonięte wysokiemi górami od wiatrów. Klimat łagodny, zacisznie. Las o 1—1$^1/_2$ km. Kąpiele w Skawie. Stacja kol., poczta, telegraf i telefon na miejscu.

Sucha Struga (letnisko), wieś w pow. nowosądeckim, pięknie położona na łagodnych zboczach, wzdłuż Popradu, naprzeciw Rytra, dobrze osłonięta, szczególnie od wschodu. Stacja kol. i poczta w Rytrze, po drugiej stronie Popradu.

Suche (patrz Zubsuche).

Suchedniów (letnisko), miasteczko w pow. kieleckim, leży bardzo malowniczo w okolicy falistej w dolinie Kamionki Suchedniowskiej, w pobliżu gór Świętokrzyskich. Naokoło rozległe lasy sosnowe, świerkowe i jodłowe. Powietrze czyste, suche. Stacja kol. i poczta na miejscu. Kąpiele w Kamionce i w stawach.

Suchatówka (letnisko), wieś w pow. inowrocławskim, leży w dużych lasach, obok jezior leśnych, 130 — 140 m. n. p. m. Kąpiele w jeziorze — plaża. Zwracać się do sołectwa. Stacja kol. i poczta na miejscu.

Sulejów (letnisko), miasteczko w pow. piotrkowskim, leży nad Pilicą, na prawym wyniosłym brzegu, śród lasów sosnowych, na gruntach piaszczystych. Kąpiele w Pilicy — plaża. Stacja kolejki Piotrków — Sulejów na miejscu.

Sulejówek (letnisko) osiedle letniskowe w pow. warszawskim o 16 km. od Warszawy. Przystanek kolejowy na miejscu.

Supraśl (letnisko), miasteczko w pow. białostockim, leży na lewym brzegu Supraśli, dopływu Narwi, w okolicy pagórkowatej lesistej. Powietrze czyste, klimat łagodny. Stacja Białystok o 14 km.

Swarzewo (letnisko). wieś w pow. morskim, leży na kępie swarzowskiej nad północną końcową częścią zatoki Puckiej, nie mającej wartości kąpielowej. Od wielkiego morza o 4 km. Stacja kolejowa na miejscu.

Swoszowice (zdrojowisko) wieś w pow. krakowskim, o 8 km. od Krakowa. Swoszowice posiadają 2 zdroje silnej siarczanki wapniowo-magneziowej, radjoaktywnej. Zaleca się w następujących chorobach; gościec stawowy i mięśniowy, skaza moczanowa, zapalenie nerwów, wysięki pozapalne. Zakład posiada łazienki o 38 wannach do kąpieli siarczanych, urządzone nowocześnie. Właścicielami zdrojowiska są pp. Szternszus-Staniewscy. Stacja kolejowa o $1^1/_2$ km.

Synowódzko Wyżne (letnisko), wieś w pow. skolskim, pięknie leży w dolinie u ujścia Oporu do Stryja, 395 m. n. p. m. u stóp lesistych gór. Klimat łagodny ciepło. Stacja kol. o $1^1/_2$ km. Zwracać się do naczelnika gminy lub nacz. stacji.

Szaflary (letnisko), wieś w pow. nowotarskim, leży w łagodnej okolicy podtatrzańskiej nad Białym Dunajcem, 646 m. n. p. m. Stacja kol. i poczta na miejscu. Zwracać się do ogniska Związku Podhalan.

Szczawne (letnisko), wieś w pow. sanockim, leży śród gór i lasów nad rzeczką Osławą, 430 m. n. p. m. Stacja kol. Szczawne-Kulaszne o 2 km.

Szczawnica (zdrojowisko i stacja klimatyczna). Uzdrowisko (w pow. nowotarskim) leży malowniczo w Beskidzie Sądeckim w pobliżu Pienin w zacisznej dolinie Grajcarska, dopływu Dunajca i nad potokiem Szczawnym. Dobra osłona od wiatrów. Klimat łagodny, powietrze naozonowane. Uzdrowisko posiada 7 źródeł szczaw alkalicznych słonych; zdrój Józefiny ze szczawą alkaliczno-słoną wapienną, zdrój Magdaleny ze szczawą alkaliczno-słoną, używaną w cierpieniach przewodu pokarmowego, zdrój Wandy z silną szczawą alkaliczno-słono-wapienną, zawierającą dużo litu. Nadto istnieją źródła siarczane nieujęte. Szczawnicę zaleca się

w chorobach nieżytu żołądka i jelit, dróg żółciowych, kamicy żółciowej, nieżytu oskrzeli i górnych dróg oddechowych, skaz kwasu moczowego, nieżytu miedniczek i pęcherza. Łazienki dość pierwotnie urządzone. Szczawnica dotąd nie posiada, ani kanalizacji ani wodociągów, ani elektryczności. Sezon I od 20 maja do 20 czerwca, II do 20 sierpnia i III do 30 września. Właścicielem uzdrowiska jest Adam hr. Potocki. Stacja kolejowa od wschodu Stary Sącz o 42 km., od zachodu Nowy Targ o 41 km. Dojazd autobusami.

Szczyrk (letnisko), wieś w pow. bialskim, leży malowniczo w Beskidzie Śląskim nad Żylicą, dopływem Soły w kotlinie, otoczonej górami lesistemi, 501 m. n. p. m. Stacja kol. Wilkowice-Bystra o 7 km. Poczta Buczkowice. Zwracać się do urzędu gminnego.

Szeszory (letnisko-zdrój), wieś w pow. kosowskim. Leży pięknie na Pokuciu, w ciasnej dolinie nad Pistynką, śród gór wysokich, lesistych. Grunt piaszczysty, przepuszczalny. Powietrze podgórskie, zacisznie. Wśród lasów biją 2 źródła siarczane, niezbadane dotąd. Stacja kolejowa Kołomyja o 27 km. Kąpiele w Pistynce. Zwracać się do Zarządu gminy.

Szkło (zdrojowisko), wieś w pow. jaworskim, leży na terenie falistym nad rzeką Szkłem, w okolicy zdrowej, lesistej na piaskach. W pobliżu 2 jeziora z odpływami: siarczane i słodkie. Szkło posiada 2 obfite źródła mocnej siarczanki, podobnej składem do niemirowskiej, oraz obfite pokłady borowiny. Stacja kol. Starzyska — Szkło o 2 km.

Szlachtowa (letnisko), wieś w pow. nowotarskim, leży nad Grajcarkiem powyżej Szczawnicy, 546 m. n. p. m. na południowych stokach. Doskonale osłonięta. Poczta Szczawnica o 3 km.

Szpetal Dolna (letnisko), dzielnica Włocławka, malowniczo położona na prawym wysokim brzegu Wisły, naprzeciw miasta, połączonego mostem. Powietrze czyste, słonecznie. Stacja Włocławek.

Szymbark (letnisko) wieś w pow. kartuskim, o 10 km. od Kartuz. Najwyżej położona wieś w woj. pomorskiem, bo na 250 m. n. p. m. Leży w uroczej okolicy u stóp Wierzycy (331 m.) nad jeziorem Ostrzyckiem, najpiękniejszem na pojezierzu, śród wzgórz i ogromnych lasów. Stacja kol. Wierzyca na miejscu.

Światosław (letnisko), wieś w pow. skolskim, leży pięknie u spływu Oporu i Oporca, śród lasów i gór. Stacja Hrebenów o 2 km.

Świder (letnisko), wieś w pow. warszawskim, w ładnej okolicy na piaskach, śród lasu sosnowego, nad bystrą rzeczką Świdrem. Kąpiele—plaża. Powietrze czyste. Opłata letniskowa 5% komornego. Stacje kolei i kolejki na miejscu.

Świerczyn (letnisko), osiedle we wsi Gnojno w pow. pułtuskim. Leży na wysokim brzegu Narwi, na piaskach, śród lasów sosnowych. Kąpiele — plaża. Przystanek autobusów o 2 km Poczta Pułtusk o 12 km.

Świerże (letnisko), miasteczko i folwark w pow. chełmskim, nad Bugiem środkowym — (kąpiele). Stacja Dorohusk o 6 km. Przystań statków na Bugu.

Świnna (letnisko), wieś w pow. żywieckim, leży pięknie w Beskidzie Żywieckim nad Koszarawą. Stacja kol. Pewel Mała o 4 km.

Tatarów nad Prutem (letnisko), wieś w pow. nadwórniańskim, leży bardzo malowniczo w pięknym wąwozie doliny Prutu. Klimat podgórski. Powietrze wolne od kurzu. Stacja kol. na miejscu. Poczta Tatarów.

Teofilów (letnisko) — patrz *Inowłódź*.

Tleń (letnisko), osiedle w pow. świeckim, nad bystrą Czarną Wodą, w lasach tucholskich. Stacja kol. Tleń o $^1/_2$ km.

Tłumaczyk (letnisko), wieś w pow. kołomyjskim, nad Prutem i potokiem Tłumaczem, śród gór i lasów. Stacja kol. na miejscu. Poczta Kołomyja.

Tłuszcz (letnisko), miasteczko w pow. radzymińskim, 100 m. n. p. m., nad rzeczką Jasionką, śród ładnych lasów sosnowych. Stacja kol. na miejscu.

Topolnica (letnisko), wieś w pow. starosamborskim, śród gór i lasów nad potokiem Topolniczanką. Stacja kolejowa i poczta Strzyłki—Topolnica o 3 km.

(C. d. n.).

Z KRONIKI WYPADKÓW.

Katastrofa w kopalni „Hildebrand".

Wyższy urząd górniczy komunikuje: Dn. 16 sierpnia r. b. między godz. 7 a 8 rano, nastąpił na kopalni „Hildebrand", na pokładzie „Gerard", w głębokości 600 mtr., za pochylnią 17-tą, wybuch pyłu węglowego. W rezultacie tej eksplozji, znaczna część chodnika została zawalona, przyczem 7 osób zostało lżej lub ciężej rannych, a 16 zupełnie przysypanych, przyczem do rana 17 b. m. wydobyto 14 ofiar katastrofy; wszyscy są martwi. Akcja ratunkowa zorganizowana została natychmiast. Początkowo dojście do miejsca katastrofy możliwe było tylko w aparatach ratowniczych. Równocześnie przywrócono wentylację, tak że stopniowo można było dochodzić bez aparatów. Dochodzenie prowadzi okręgowy urząd górniczy w Królewskiej Hucie z inż. Badowskim na czele i wyższy urząd górniczy w Katowicach, z naczelnikiem inż. Kuczyńskim. Wybuch był następstwem rozsadzania pokładu węgla materjałem wybuchowym. Jest to największa katastrofa węglowa, jaka się zdarzyła na Śląsku od lat 30-tu. Ostatnia katastrofa przed 30-tu laty zaszła na kopalni „Kleofas", gdzie zginęło 120 osób.

Powódź.

Donoszą ze Stanisławowa: Dn. 8 sierpnia po południu nastąpiło oberwanie się chmury. Całe miasto zalane wodą. Szkody bardzo znaczne. Wielkie deszcze nawiedziły również Monasterzyska i Sołotwinę. Rzeka Bystrzyca pod wsią Nadwórną wystąpiła z brzegów i zalała pola, niszcząc plony.

Ze Strzyżowa donoszą, że w ciągu nocy z 7-go na 8-my b. m. oraz d. 8 b. m. woda na Wisłoku podniosła się o 5 mtr. ponad poziom normalny. W okolicznych gminach wody wystąpiły z brzegów i zniszczyły plony.

Wielki pożar w Sokołach.

W miasteczku Sokoły w woj. białostockiem, wskutek pęknięcia motoru w młynie, wybuchł pożar, który wkrótce ogarnął całe śródmieście. Centrum miasteczka, w ilości 40 domów, uległo zwęgleniu. Straty dochodzą do miljona złotych. Pogorzelców ulokowano w ocalałych domach.

Samobójstwo starca.

Kronika policyjna zanotowała niezwykłe samobójstwo 59-letniego aptekarza Antoniego Pisarzewskiego, zamieszkałego w Warszawie przy ul. Wspólnej 47. Pisarzewski otruł się strychniną i podczas ratowania go przez Pogotowie Ratunkowe, zmarł.

Sędziwy samobójca pozostawił list, w którym oświadcza, że popełnia samobójstwo i prosi, aby go pochowano na koszt jego rodzinnego miasta Włodawy, gdyż żadnego majątku nie pozostawia.

Zwłoki przewieziono do prosektorjum.

Pisarzewski cierpiał na paraliż.

Tryby maszyny zmiażdżyły robotnika.

W młynie parowym przy ul. Objazdowej 2 w Warszawie, wskutek karygodnego braku dostatecznego światła, robotnik W. Kujawski lat 35 dostał się w tryby maszyny, które dosłownie go zmiażdżyły. Śmierć nastąpiła przed przybyciem Pogotowia Ratunkowego.

Sprawozdanie z działalności Towarzystwa Doraźnej Pomocy Lekarskiej w Warszawie
za m. lipiec 1929 r.

	Ogółem	Mężczyźni	Kobiety	Dzieci
Ogółem od założenia instytucji wezwań .	421.025			
I. Ilość wezwań	3.058			
II. Liczba osób, którym udzielono pomocy na stacji	2.169	1.297	511	361
III. Liczba osób, którym udzielono pomocy na mieście	516	299	177	40
A. Rodzaj zajęcia.				
Zajęcia wolne	120	93	27	—
Ucząca się młodzież	90	25	8	57
Wojskowi i policja.	29	29	—	—
Robotnicy i rzemieślnicy	1.710	1.347	340	23
Bez zajęcia	696	80	296	320
Niewiadomy	40	22	17	1
I. Choroby wewnętrzne	318	199	92	27
Zatrucie wyskokami	17+(81*)	13+(70)	4+(11)	—
„ lekarstwami i in. truciznami	7	—	1	6
Śmierć	12	11	1	—
Brak zmian chorobowych	26	11	5	10
II. Choroby chirurgiczne	2.232	1.344	514	374
Wstrząs	5	2	1	2
Wstrząśnienie mózgu	11	8	1	2
Obtarcia skóry	169	123	42	4
Stłuczenia	612	429	103	90
Zmiażdżenia	2	—	2	—
Rany cięte	330	208	52	70
„ kłute	87	67	12	8
„ postrzałowe	15	11	3	1
„ tłuczone	359	216	75	68
„ kąsane	34	15	11	8
„ szarpane	36	19	5	8
„ miażdżone	14	7	1	6
Nadwerężenia stawów	65	34	18	13
Zwichnięcia	13	8	4	1
Złamanie kości proste	49	27	10	12
„ „ powikłane	2	2	—	—
Krwotoki	31	16	14	1
Ciała obce	313	108	143	62
Oparzenia termiczne i chemiczne . .	66	40	12	14
Odmrożenia	—	—	—	—
Zatrzymanie moczu	—	—	—	—
Uwięźnięcie przepukliny.	8	4	4	—
Inne choroby chirurgiczne	1	—	1	—
Śmierć	4	—	—	4

*) 81 pijanych z uszkodzeniami:

starć naskórka	5
stłuczeń	7
ran tłuczonych	26
„ ciętych	19
„ kłutych	9
„ szarpanych	—
„ postrzałowych	—
złamań	1
nadwerężeń	—
wstrząs mózgu	—
otruć esencją octową	4
„ sublimatem	1
nieprzytomni	2
krwotok	1
bóle brzucha	3
utonięcie	1
symulacji	2

	Ogółem	Mężczyźni	Kobiety	Dzieci
III. Samobójstwa	102	50	52	—
Otrucie kwasami	53	18	35	—
„ zasadami	2	2	—	—
„ sublimatem	1	—	1	—
„ jodyną	4	2	2	—
„ arszenikiem	1	—	1	—
„ alkaloidami	—	—	—	—
„ gazem świetlnym	1	1	—	—
„ karbolem	1	1	—	—
„ innemi truciznami	7	3	4	—
Postrzały	8	8	—	—
Rany cięte i kłute	4	4	—	—
Utopienie	2	2	—	—
Powieszenie i uduszenie się	5	4	1	—
Rzucenie się z wysokości	12	5	7	1
„ „ pod pociąg	—	—	—	—
Śmierć	11*)	7	4	—
IV. Porody i poronienia	22	—	22	—
V. Obłąkanie	—	—	—	—
VI. Symulacja	11	3	8	—
Po udzieleniu pomocy na mieście:				
a) Zostawiono na miejscu	232	136	82	14
b) Przewieziono chorych	284	163	95	26
1) do domu	72	42	24	6
2) do szpitali i lecznic	184	98	66	20
3) do przytułków	—	—	—	—
4) na stację	28	23	5	—
Posterunki tymczasowe	5**)	—	—	—
Przeciętna ilość wezwań dziennie	100	—	—	—
Katastrofy:				
A. Cyfra ogólna katastrof	1	—	—	—
B. Liczba ofiar	3	—	—	—
C. Liczba lekarzy, biorących udział w ratunku	1	—	—	—

Rozpraw nożowych: 24

Bójek: 426

Przejechań: 150

a) przez wozy i dorożki 24
b) koleje 8
c) tramwaje 20
d) samochody 88
e) rowery 10

Upadnięć z wysokości 64

a) z rusztowania 8
b) „ tramwaju 6
c) „ konia 4
d) „ wozu 8
e) „ wagonu 1
f) „ samochodu —
g) „ roweru 14
h) „ schodów 9
i) „ okna 8
j) „ huśtawki 4
k) „ drzewa 2

Postrzały jako napad: 4
Uduszenia „ „ 2
Oparzenie „ „ —

Uszkodzenia:

a) przedmiotami spadłemi z rusztowania —
b) z okien i balkonu 4

*) śmierci 11:

utopienie 1
rzuceń się z wysokości 3
powieszeń 3
rany postrzałowe 2
otrucie gazem świetlnym 1
„ innemi truciznami 1

**) Posterunki tymczasowe:

na wyścigach kolarskich na Dynasach 5 razy

KRONIKA RATOWNICZA

Z Warsz. Pogotowia Ratunkowego.

Komisja finansowa organizuje wielkie zabawy tradycyjne w ogrodzie Saskim w dniach 7 i 8 września r. b.

W warsztatach wykończone są dwie nowe sanitarki automobilowe firmy Austro-Daimler.

Sekretarz Zarządu dr. Henryk Kucharzewski wyjechał na urlop wypoczynkowy. Lekarz naczelny dr. Franciszek Białokur powrócił z zagranicy, gdzie zwiedził w większych miastach europejskich organizacje towarzystw ratunkowych.

Serja robót budowlanych na stacji centrali przy ul. Leszno 58 zakończona będzie w tym roku wyasfaltowaniem reszty posesji.

W lipcu r. b. Państwowy Zakład Higjeny zwrócił się do Zarządu Warszawskiego Pogotowia Ratunkowego (Leszno 58) z prośbą o wydelegowanie prelegenta celem wygłoszenia referatu o ratowaniu w nagłych wypadkach na Kursie przeszkolenia naunauczycieli szkół powszechnych.

Wydelegowany został p. Dr. med. Jerzy Perl, intern. W. P. R., który w dniu 13.8. 29 r. wygłosił dwugodzinną prelekcję: „Zarys ratownictwa w nagłych wypadkach" w gmachu Państwowego Zakładu Higjeny — ul. Chocimską 24. Wykład ten był połączony z praktycznemi ćwiczeniami i pokazami wykresów, odnośnych tablic, karetki sanitarnej samochodowej i t. p.

Treść wykładu stanowiły: Urazy, nagłe zasłabnięcia, otrucia, środki transportowe, zapobieganie w nieszczęśliwych wypadkach, pokazy z zakresu przewożenia chorych, opatrywanie, unieruchomianie złamanych kończyn, sztuczny oddech i t. p.

Prelegent w wązkich ramach dwugodzinnego wykładu przedewszystkiem uwzględnił szereg środków ratowniczych, będących do dyspozycji ratującego w każdym domu.

Wobec wielkiego zainterosowania audytorjum sprawami ratownictwa i niesienia pierwszej pomocy w nagłych wypadkach — na przyszłość należy wykład przedłużyć do trzech godzin, gdyż w tym okresie czasu prelegent będzie mógł udzielać wyjaśnień na powstające w trakcie wykładu pytania słuchaczów.

Praktyka szpitalna dla młodych lekarzy.

Minist. spraw wewnętrznych opracowało projekt rozporządzenia ministerjalnego w sprawie obowiązku odbywania przez lekarzy jednorocznej praktyki szpitalnej.

Projekt rozporządzenia, oparty na ustawie z d. 2 grudnia 1921 r., o wykonywaniu praktyki lekarskiej, przewiduje, że każdy lekarz obowiązany będzie, przed uzyskaniem od władz administracji ogólnej zaświadczenia i uprawnienia do wykonywania zawodu, do odbycia jednorocznej praktyki szpitalnej.

Praktykę tę będzie można odbywać podczas studjów lekarskich w ciągu ostatnich 3 semestrów, bądź też po ich ukończeniu w szpitalach publicznych, posiadających przynajmniej 100 łóżek oraz w klinikach uniwersyteckich. Wojewódzkie władze administracji ogólnej będą mogły uznać praktykę szpitalną, odbytą za granicą lub w wojsku, za równorzędną z praktyką, przewidzianą w projekcie.

Kurs wyszkolenia dla lekarzy.

Minist. spraw wewnętrznych organizuje w r. b. w państwowej szkole higjeny w Warszawie kurs wyszkolenia dla lekarzy, którzy pragnęliby poświęcić się publicznej służbie zdrowia.

Kurs trwać będzie 9 miesięcy, od d. 2 września 1929 r. do d. 31 maja 1930 r., w czem 6 miesięcy studjów teoretycznych i 3 miesiące praktyki administracyjno-sanitarnej.

Kurs dla lekarzy w Karlsbadzie.

Od d. 15 do 21 września r. b. odbywać się będzie w Karlsbadzie doroczny kurs dokształcający dla lekarzy z dziedziny balneologji i balneoterapji. Wykłady prowadzone będą przez profesorów z Berlina, Monachjum, Bonn, Wrocławia, Amsterdamu, Frankfurtu, Pragi Czeskiej, Zurichu, Rzymu, Medjolanu i in.

Zjazd lekarzy i działaczy sanitarnych samorządowych.

D. 7, 8 i 9 września r. b. odbędzie się w Poznaniu z ramienia Związku miast polskich doroczny walny zjazd lekarzy i działaczy samorządowych.

Zjazd ten, którego charakter, ze względu na przypadający okres pierwszego dziesięciolecia niepodległości Polski, powinien stać się wyrazem postępów, poczynionych na polu zdrowia publicznego w miastach polskich i dać wytyczne pracy na przyszłość, niewątpliwie zgromadzi wszystkich zarówno lekarzy, jak i działaczów samorządowych i społecznych, oddanych pracy w dziedzinie zdrowotności publicznej.

Sekretarjat zjazdu mieści się w Poznaniu, w ratuszu.

Walka z epidemjami.

Na podstawie rozporządzenia naczelnego nadzwyczajnego komisarza do spraw walki z epidemjami, powołano urzędy nadzwyczajnych komisarzy do spraw walki z epidemjami na obszarze wszystkich województw, z wyjątkiem województwa Śląskiego, i na obszarze m. st. Warszawy, na czas do d. 31 grudnia 1929 r.

Pełnienie urzędu nadzwyczajnego komisarza do spraw walki z epidemjami porucza się Wojewodom i Komisarzowi rządu m. st. Warszawy, każdemu na podległym mu obszarze.

Nadzwyczajnym komisarzom do spraw walki z epidemjami przekazano wymienione w art. 2 oraz w art. 3 ust. 1 lit. a pkt. 2 i lit. c ustawy z dnia 14 lipca 1920 rokr („Dz. U. R. P." Nr. 61, poz. 388) z zastrzeżeniem, iż powszechnie obowiązujące rozporządzenia w dziedzinie zwalczania epidemji, mogą być wydawane tylko za uprzednią zgodą naczelnego nadzwyczajnego komisarza do spraw walki z epidemjami.

Cena krwi.

W szpitalach miejskich dokonywane bywa przelewanie krwi. O ile krew daje matka dla swego dziecka, mąż dla żony, brat bratu, przyjaciel przyjacielowi, to rzecz jasna, nic się za tę krew nie płaci. Natomiast często chory może być tylko w ten sposób uratowany, a nie ma krewnych, ani przyjaciół, którzy zgodziliby się na oddanie własnej krwi. W takich przypadkach krew jest pobierana od osób obcych, uprzednio dokładnie zbadanych, a sprzedających swą krew za pieniądze. Takich zawodowych sprzedawców własnej krwi jest kilkunastu; pobierali oni dotychczas po 50 zł, za szkankę krwi. Obecnie żądają więcej Wydział opieki społecznej wystąpi do magistratu z wnioskiem. przyznania kredytu i ustanowienia taksy za krew, pobieraną dla transfuzji. Chorym niezamożnym, leczonym w szpitalach, nic się za taką krew nie liczy i koszt jej pobrania

włącza się do rachunku ogólnego kosztów kuracyjnych, umarzanych na przypadek niezamożności.

Poradnie dla gruźlików w Warszawie.

Tow. przeciwgruźlicze posiada przy stacjach higjeny zapobiegawczej swoje poradnie na pełnem utrzymaniu miasta, mieszczą się one w lokalach miejskich i korzystają z miejskich urządzeń. Lekarze zaproszeni są przez Towarzystwo; pośrednio lekarze ci otrzymują pensję również od miasta. Towarzystwo korzysta z subwencji miasta. Wydział zdrowia magistratu występuje z wnioskiem, aby wszystkie te poradnie przeszły pod nadzór i kierownictwo miasta. Tow. przeciwgruźlicze będzie miało możność zorganizowania swych poradni w innych miejscach, nieobsłużonych odpowiednio.

Sanatorjum dla gruźlików.

Otwarte zostało w Otwocku nowozbudowane sanatorjum sejmiku warszawskiego dla chorych na gruźlicę. Sanatorjum zaopatrzone jest w nowoczesne urządzenia i obliczone na 75 łóżek. Sanatorjum wybudowano na terenie 5 morgów, wobec czego będzie mogło być w przyszłości rozszerzone. Chorych kwalifikować będzie do przyjęcia dyrektor sanatorjum.

Walka z gruźlicą.

Opracowano projekt ustawy przeciwgruźliczej, który przedstawiony będzie izbom ustawodawczym.

Państwowy zakład higjeny rozpoczął badania nad zakażeniem prątkami gruźliczemi wagonów kolejowych i słuchawek telefonicznych.

W ub. r. w państwie było 165 przychodni przeciwgruźliczych. W przychodniach tych pracuje (pomijając personel lekarski i pomocniczy bez specjalnego przeszkolenia teoretycznego i praktycznego) około 100 lekarzy, którzy przeszli kurs specjalny oraz około 150 higjenistek i wywiadowczyń, które również odbyły przeszkolenie teoretyczne i praktyczne.

W r. z. czynnych było 139 towarzystw przeciwgruźliczych, liczba łóżek w szpitalach wynosiła 3.058, w sanatorjach 4,313.

W poradniach udzielono porad 254.166, zbadano chorych 74.607, znaleziono gruźlicę w 27.509 przypadkach, skierowano do szpitala 1.288 osób, do sanatorjum 2 884. Dokonano odwiedzin domowych w 63.191 przypadkach.

Tow. przeciwgruźlicze w Częstochowie.

Z inicjatywy miejscowego lekarza dr. Karola Różkowskiego, powstało tu Tow. przeciwgruźlicze i otworzyło ambulatorjum z poradniami bezpłatnemi. Ambulatorjum jest stale zasilane subsydjum magistratu, który przytem ofiarował na ambulatorjum lokal przy magistracie. Ambulatorjum jest licznie odwiedzane przez potrzebujących porady.

Badanie wody.

Wskutek polecenia min. spraw wewnętrznych prowadzone są w różnych miejscowościach badania laboratoryjne wody w studniach. Niektóre starostwa zwracają się do państwowego zakładu higjeny i jego filji, aby dokonywano bezpłatnej analizy bakterjologicznej dostarczanej na próbę wody. W związku z tem min. wyjaśnia, że bezpłatne badania dokonywane są jedynie w tym wypadku, gdzie zachodzi ścisły związek pomiędzy wybuchem epidemji a podejrzaną wodą użytkową: przesyłana do zakładu woda ma przeważnie cel przemysłowy przy budowie studzien. Za takie badania właściciel studzien lub gmina powinna uiszczać opłatę w wysokości 15 złotych od próby. Tylko w wypadkach, jeśli idzie o stwierdze-

nie, czy studnia jest rozsadnikiem choroby epidemicznej, próby dokonywane są bezpłatnie.

Szpitale miejskie.

Na terenie szpitala Przemienienia Pańskiego na Pradze w Warszawie wstrzymaną od 2 lat budowę wielkiego 4-piętrowego gmachu szpitalnego, podjęto w tym roku i doprowadzono ściany pod dach.

Gmach ten tworzy półkole i wznoszony jest na placyku św. Florjana, obok kościoła.

Kąpieliska miejskie.

Wydział zdrowia magistratu m. st. Warszawy postanowił w budującem się wielkiem kąpielisku na Leszczyńskiej, urządzić zakład hydropatyczny.

Polecono opracować plan rozmieszczenia tych urządzeń.

Budowa szpitali w Łodzi.

Siostry Nazaretanki przystępują do budowy szpitala dla inteligencji w Łodzi, który stanie tuż przy ul. Rzgowskiej, na placu, podarowanym przez J. E. ks. biskupa Tymienieckiego. Roboty koło tego szpitala potoczą się szybko, gdyż siostry Nazaretanki zdołały uzyskać na ten cel kredyty amerykańskie. Prócz tego, oo. Bonifratrzy budują szpital na Chojnicach pod Łodzią.

Ośrodki zdrowia.

Budowa miejskiej stacji higjeny zapobiegawczej (ośrodka zdrowia) w Grochowie jest na ukończeniu. Wykonywane są urządzenia wewnętrzne. Otwarcie gmachu nastąpi prawdopodobnie w październiku.

W dalszym ciągu budowane są gmachy dla ośrodków zdrowia przy ul. Opaczewskiej na Ochocie i przy ul. Świętojerskiej. Ośrodek zdrowia na Ochocie wykończony będzie przed nastaniem zimy i oddany do użytku w przyszłym roku, ośrodek zaś przy ul. Świętojerskiej wykończony będzie w październiku, otwarcie nastąpić ma przed końcem r. b.

Alkoholizm.

Leczenie alkoholików łączy się z pojęciem opieki społecznej. Jednocześnie z leczeniem pijaka musi być roztoczona opieka nad jego rodziną, po większej części znajdującą się w stanie upadku materjalnego. To też walka z alkoholizmem w Warszawie prowadzona jest w porozumieniu z wydziałem opieki społecznej.

Zwalczanie alkoholizmu wymaga utworzenia specjalnych stacji, zakładu kuracyjnego i sanatorjum dla rekonwalescentów, poza tem aparatu propagandystycznego i personelu dobrze wyszkolonego. Wszystko to jest kosztowne i miasto nie może kwot tak wielkich przeznaczyć. Istnieje jednak źródło, z którego czerpać można fundusze na walkę z alkoholizmem, mianowicie pewna część dochodów monopolu spirytusowego. Kwoty te, przeznaczone ustawowo na walkę z alkoholizmem, nie wpływają jednak do kasy miejskiej i walka ta utknęła na martwym punkcie.

Komisja magistratu m. st. Warszawy do spraw walki z alkoholizmem uchwaliła ponownie wystąpić do zarządu miasta z wnioskiem o wynalezienie funduszów na subwencję dla Pogotowia ratunkowego na organizację i utrzymania stacji ratowniczej dla alkoholików, w celu otoczenia opieką ofiar nałogu.

W r. 1931 odbędzie się w Warszawie międzynarodowy kongres przeciwalkoholowy. Do tego terminu musi być zakończona organizacja leczenia alkoholików.

O ile magistrat przystąpi do realizacji tego planu, liczyć może na subsydjum rządowe.

Zwalczanie alkoholizmu w Wilnie.

Ze wszystkich województw Rzplitej Polskiej, województwo Wileńskie najlepiej rozwiązało sprawę zwalczania alkoholizmu. Rozwiązało ją w ten sposób, że można stamtąd brać wzór dla całej Polski.

W Wilnie istnieje od trzech lat Wileńskie Tow „Mens" dla walki z alkoholizmem i innymi nałogami. Głównym inicjatorem i prezesem towarzystwa jest prof. Stanisław Władyczko. Tow. prowadzi poradnię przy ul. Żeligowskiego 4. System, jaki się stosuje, jest wynalazkiem amerykańskiego lekarza d-ra Pollocka. Polega on na tem, że nie alkoholik szuka lekarza, lecz lekarz szuka chorych i leczy ich bezpłatnie. Alkoholicy, zatrzymani w komisarjatach, o ile zgodzą się na leczenie w poradni Mens, mają zmniejszane, nawet umarzane kary. Przez siostrę-wywiadowczynię poradnia jest w stałym kontakcie z rodzinami alkoholików. Towarzystwo „Mens" zapoczątkowało obecnie akcję zorganizowania Koła Kierowców i Mechaników. Członkowie Koła Szoferów Abstynentów mają nosić opaski niebieskie na ramionach. Poradnia „Mens" cieszy się wielką frekwencją i przeprowadziła już bardzo wiele kuracyj ze znakomitym skutkiem. Przyjęto w r. ub. w poradni 482 pacjentów, a w r. b. tylko za pierwsze półrocze było już 1860 przyjęć. Prof. Władyczko zda szczegółowy raport z działalności Tow. Mens w r. 1931 na Kongresie Antyalkoholicznym w Warszawie.

Z warszawskiej straży ogniowej.

Sprawa racjonalnej ochrony miasta od pożarów wymaga większych inwestycji, które jednak nie mogą być dokonane w tak szybkim tempie.

Przeszkodą jest jak zwykle, brak odpowiednich funduszów. Jednak, w miarę możności, wszystko konieczne będzie przeprowadzone i corocznie do budżetu straży miejskiej odpowiednie kwoty będą wstawiane.

Plan ochrony pożarowej przewiduje utworzenie posterunków. Posterunki takie mają podzielić miasto na rejony. Jedna linja posterunków otaczać będzie krańce stolicy, drugi pierścień przechodzić ma w połowie promienia wielkiej Warszawy.

Oddział na Nowym Świecie będzie zlikwidowany i częściowo przeniesiony na ul. Polną. Poza tem przeniesiony ma być oddział na ul. Mirowskiej i zlikwidowany ratuszowy oddział z pozostawieniem jedynie posterunków.

Do innych urządzeń przeciwpożarowych należy sygnalizacja. Prowadzone są badania tego zagadnienia, jednak koszt urządzenia sygnalizacji jest tak wielki, że wątpliwe jest, aby mogła ona w szybkim czasie być przeprowadzona.

Redaktor działu lekarskiego: **Dr. Józef Zawadzki.**
Redaktor odpowiedzialny: **Mieczysław Swoboda-Trzebiński.**

Redakcja czynna codziennie prócz sobót i dni świątecznych od godz. 11 do 13 przy ul. Kopernika 37 w Warszawie.

Rękopisów niezamówionych Redakcja nie zwraca.

PRENUMERATA wraz z przesyłką pocztową Zł. 18 rocznie.
Pojedyńczy egzemplarz 1 zł. 50 gr.

CENY INSERATÓW: cała kolumna za tekstem Zł. 300, w tekście Zł. 400, wklejka kolorowa Zł. 500. Okładka: 2-a i 4-a po Zł. 400, 3-a Zł. 300.

Adres Redakcji i Administracji: Warszawa, Kopernika 37, tel. 33-63.
Konto czekowe w P. K. O. Nr. 14.661.

Druk A. Białobrzeskiego, Warszawa, Żórawia 7, tel. 245-83.

32